Enrollado de Pollo Crujiente Hawaiano

Meal Components: Vegetable - Dark Green, Vegetable - Red / Orange, Vegetable - Other, Grains, Meat / Meat Alternate

Sandwiches, F-12r

Ingredients	50 Porciones		100 Porciones		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
Mayonesa baja en grasa	1 lb	2 tazas	2 lb	1 cuarto gl	<ol style="list-style-type: none"> Para hacer el aderezo, combine la mayonesa, vinagre, azúcar, semillas de amapola, cebolla en polvo, ajo en polvo y chile en polvo. Mézclelo bien. Refrigérela a 40 ° F. Combine el brócoli, zanahorias, espinacas y piña. Mezcle el aderezo y el pollo. Punto Crítico de Control: Enfríelo a 41 ° F o más bajo durante 4
Vinagre blanco		1 1/2 tazas		3 tazas	
Azúcar	1 lb	2 tazas	2 lb	1 cuarto gl	
Semillas de Amapola		2 cda 2 cdta	2 1/2 oz	1/4 taza 1 1/3 cda	
Cebolla en polvo		1/4 taza	2 oz	1/2 taza	
Ajo en polvo		1/4 taza	2 oz	1/2 taza	
Chile en polvo		1/4 taza	2 oz	1/2 taza	
* Brócoli fresco, rallado	3 lb	1 gl	6 lb	2 gl	

* Zanahorias frescas, ralladas	2 lb	2 1/2 cuarto gl	4 lb	1 gl 2 cuarto gl	
* Espinaca tierna fresca, picada	12 1/2 oz	1 cuarto gl 1 taza	1 lb 9 oz	2 cuarto gl 2 tazas	
Piña triturada enlatada, en jugo 100% natural, escurrida	1 lb 5 oz	2 1/2 tazas (1/4 de lata No. 10)	2 lb 10 oz	1 cuarto 1 taza (1/2 lata No. 10)	
Trocitos congelados de pollo cocido, descongelado, 1/2" piezas	6 lb 8 oz	1 gl 1 1/4 cuarto gl	13 lb	2 gl 2 1/2 cuarto gl	
Tortillas de trigo integrales, 10" (1.8 oz cada una)		50		100	<p>3. Use una cuchara servidora No. 6 para hacer sus porciones de relleno (Taza M), colocándolo hacia el centro de cada tortilla. Enróllelo en forma de un burrito y séllelo. Córtelo diagonalmente por la mitad.</p> <p>4. Punto Crítico de Control: Para servirlo frío manténgalo a 41 ° F o más bajo.</p> <p>5. Sirva 1 enrollado (dos mitades).</p>

Notas

Nuestra Historia

La Escuela Primaria Mount Lebanon está localizada en el hermoso e histórico Pendleton en Carolina del Sur. Para esta competencia su "Comité de Niños Saludables" trabajó diligentemente para elaborar, probar y preparar una receta. El equipo probó la receta y se la sirvió a un grupo pequeño de estudiantes. Para reducir las opciones, este enrollado fue preparado una vez con pollo y otra con

pescado. Los estudiantes se dividieron por la mitad con las opciones de su preferencia. El equipo escogió el pollo. Su creación, Pollo Hawaiano Crujiente, fue tan popular que actualmente se destaca en el menú de la Escuela Primaria Mount Lebanon. Como el nombre sugiere Enrollado de Pollo Hawaiano Crujiente es deliciosamente crujiente con un toque de dulzura tropical refrescante que los niños encuentran irresistible.

Escuela Primaria Mount Lebanon

Pendleton, Carolina del sur

Miembros del Equipo Escolar

Profesional de Nutrición de la Escuela: Vikki Mullinax

Chef: Loretta Arnold-Hayes (Propietario y Chef, 1826 en el Green)

Miembro de la Comunidad: Kristi Martin (Enfermera de la Escuela)

Estudiante: Chandler W.

* Vea la Guía de Mercado de información para compra de alimentos que cambiara durante la preparación o cuando haya una variación de los ingredientes.

Puede preparar el relleno desde un día antes y así permitir que los sabores se combinen.

Sugerencia: Mantenga los enrollados y el relleno por separado, ensámblelos en el momento de servirlos para impedir que las tortillas se empapen. O sirva la tortilla y la mezcla de ensalada de pollo por separado y permita que los niños construyan su propio enrollado.

½ Enrollado (una mitad) proporciona 1 oz de equivalente de carne, 1/8 taza de verduras verde oscuro, 1/8 taza de otros vegetales y 3/4 oz de equivalente de granos.

El ingrediente de grano en esta receta debe cumplir con los criterios de granos enteros del Servicio de Alimento y Nutrición.

Marketing Guide		
Food as Purchased for	50 Porciones	50 Porciones
Brócoli	3 lb 12 oz	7 lb 8 oz
Zanahorias	2 lb 8 oz	5 lb
Espinacas tiernas	15 oz	1 lb 14 oz

Serving	Yield	Volume
1 enrollado (dos mitades) proporciona 2 oz de equivalente de carne, 1/8 taza de verduras verde oscuro, 1/8 taza de vegetales rojo/naranja, 1/8 taza de otros vegetales y 1 3/4 oz de equivalente de granos.	50 Porciones: aproximadamente 16 lb 100 Porciones: aproximadamente 32 lb	50 Porciones: aproximadamente 2 galones 50 enrollados 100 Porciones: aproximadamente 4 galones 100 enrollados

--

Nutrients Per Serving

Calorías	307.83	Grasa saturada	1.63 g	Hierro	4.4 mg
Proteínas	23.78 g	Colesterol	53.24	Calcio	82.96
Carbohydrate	41.5 g		mg		mg
Grasa total	6.38 g	Vitamina A	3845.42	Sodio	408.49
			IU		mg
		Vitamina C	27.36	Fibra dietetica	5.45 g
			mg		